ଚେରମୂଳି ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତି

ଭାରତ ଜ୍ଞାନ ବିଜ୍ଞାନ ସମିତି - ଓଡ଼ିଶା

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅର୍ଶ ରୋଗ (ମଳକଣ୍ଟକ)

ଲେଖକ	ଡାକ୍ତର ମଦନମୋହନ ପ୍ରଧାନ
ସମୀକ୍ଷକ	ପ୍ରଫେସର ଡାକ୍ତର ଯୋଗୀନ୍ଦ୍ର ମୋହନ ସେନାପତି ଡାକ୍ତର ଦୀପ୍ତିବାଳା ପଟ୍ଟନାୟକ ଡାକ୍ତର ରାମକୃଷ୍ଣ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ପ୍ରାଧ୍ୟାପକ ଓ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ ଶରୀର ଗୋପବନ୍ଧୁ ଆୟୁର୍ବେଦ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ପୁରୀ ଡାକ୍ତର ନାରାୟଣ ପ୍ରସାଦ ହୋତା, ଆୟୁର୍ବେଦ ମେଡିକାଲ ଅଫିସର, ଭାରତୀୟ ଭେଷଜ ଓ ହୋମିଓପ୍ୟାଥି ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ, ଭୁବନେଶ୍ୱର ପ୍ରଫେସର ରାଧାମୋହନ ଡକ୍ଟର ବିଜୟ କୁମାର ସ୍ୱାଇଁ
ଅଙ୍କନ	ଶ୍ରୀ ଗୌରୀ ଶଙ୍କର ବେହେରା
କଳା ସଜ୍ଜା	ଶ୍ରୀ ଜୟଦ୍ରଥ ଚୌଧୁରୀ
ମୁଦ୍ରଣ ସମୟ ଓ ସଂଖ୍ୟା	୨୦୦୦/ଜାନୁଆରୀ ୧୯୯୯
ଅକ୍ଷରସଜ୍ଜା	ଭିଷ୍ଟାରିକା କମ୍ପୁଟର, ସତ୍ୟ ନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର
ମୁଦ୍ରଣ	ଜୟଭାରତ ୟୁନିଟ୍, ଶହୀଦ ନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର
ସହାୟତା	ଜାତୀୟ ସାକ୍ଷରତା ମିଶନ, ଭାରତ ସରକାର
ପ୍ରକାଶକ ଓ ସ୍ୱତ୍ୱାଧିକାରୀ	ଭାରତ ଜ୍ଞାନ ବିଜ୍ଞାନ ସମିତି, ଓଡିଶା, ସି-୨ ବରମୁଣ୍ଡା ହାଉସିଂ ବୋର୍ଡ କଲୋନୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର - ୭୫୧୦୦୩, ଫୋନ - ୦୬୭୪-୫୫୦୮୯୧

PILES

Writer	**Dr. Madan Mohan Pradhan**
Reviewer	Prof. Dr. Jogindra Mohan Senapati Dr. Diptibala Pattnayak Dr. Ramkrishna Panigrahy Reader & HOD, Sharira, Gopabandhu Ayurveda Mahavidyalaya, Puri Dr. Narayan Prasad Hota, Ayurveda Medical Officer, Directorate of Indian Medicines & Homeopathy, Bhubaneswar Prof. Radhamohan Dr. Bijaya Kumar Swain
Illustration	Shri Gouri Sankar Behera
Art & Design	Shri Jayadrath Choudhury
Printed of copies & Publication	2000 /January 1999
DTP by	Vistarica Computers, Sayta Nagar, Bhubaneswar
Printed at	Jai Bharat Unit, Saheed Nagar, Bhubaneswar
Sponsered by	National Literacy Mission, Govt. of India.
Publisher & Copy right	Bharat Gyan Vigyan Samiti, Orissa, C/2, Baramunda, Housing Board Colony, Bhubaneswar-751003, Phone-0674-550891

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆମ ଚାରିପାଖରେ ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଳ୍ମ, ଗଛଲତା ଆଦି ଅଛି । ସାଧାରଣ ରୋଗ ବେମାରୀର ଚିକିତ୍ସାପାଇଁ ଆମେ ଏସବୁକୁ ସହଜରେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବା । ଏଥିପାଇଁ ଦୁଇଟି କଥା ଜରୁରୀ ଅଟେ ।

୧. ଔଷଧୀୟ ଗୁଳ୍ମ, ଗଛଲତା ଆଦି ଚିହ୍ନି ଠାବ କରିବା ।

୨. ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ଉପାୟ ଜାଣିବା ।

ଏ ପୁସ୍ତିକାରେ ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ସହଜ ଉପାୟଗୁଡିକୁ ବୁଝାଇ ଦିଆଯାଇଛି ।

ସେସବୁର ଉପଯୋଗ କରିବା ।

ଘରେ, ସାହିରେ ଓ ଗାଁରେ ଲୋକମାନଙ୍କର ରୋଗ ଚିକିତ୍ସାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୂଚୀପତ୍ର

	ବିଷୟ	ପୃଷ୍ଠା
୧.	ସ୍ୱରସ	୧
୨.	କଲ୍କ ବା ପେଷ୍ଟ	୫
୩.	ଚୂର୍ଣ୍ଣ	୮
୪.	ବଟିକା ଏବଂ ଗୁଟିକା	୧୧
୫.	ପେୟ	୧୨
୬.	କ୍ୱାଥ ବା ପାଚନ	୧୪
୭.	କ୍ଷୀରପାକ	୧୬
୮.	ଅବଲେହ	୧୭
୯.	ସ୍ୱତ୍ୱମ	୧୮
୧୦.	ଲବଣ	୨୦
୧୧.	କ୍ଷାର	୨୨
୧୨.	ଆରିଷ୍ଟ	୨୩
୧୩.	ତୈଳ (ସାଧାରଣ ବିଧି)	୨୫
୧୪.	ଦନ୍ତ ମଞ୍ଜନ	୩୦
୧୫.	ସୁଧାକର ମଲମ	୩୩
୧୬.	ନସ୍ୟ	୩୪

Digitized by srujanika@gmail.com

ସ୍ୱରସ

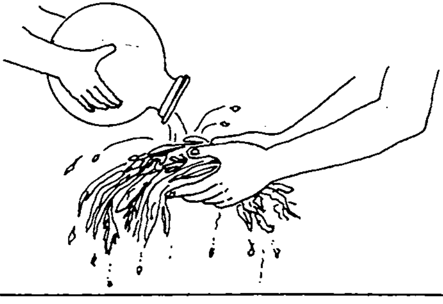
ପତ୍ର, ଫୁଲ, କନ୍ଦ ବା ଚେର ତଥା ଗଛର ସର୍ବାଙ୍ଗରୁ ରସ ବାହାର କରାଯାଏ ।

ଉଦାହରଣ :

ତୁଳସୀ ପତ୍ର ରସ	ପୁରୁଣୀ ରସ
ଦୁବ ରସ	ବାଡି ଅଁଳା ରସ
ବାହ୍ମୀ ରସ	ପାନ ରସ
ଥାଲକୁଡି ରସ	ଭୂଇଁ ନିମରସ
ଭୃଙ୍ଗରାଜ ରସ	ଅଦା ରସ

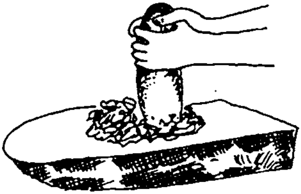
ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ :

ପତ୍ର, ଫୁଲ, କନ୍ଦ ବା ଗଛର ସର୍ବାଙ୍ଗକୁ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ ।

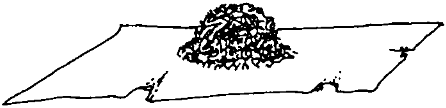


Digitized by srujanika@gmail.com

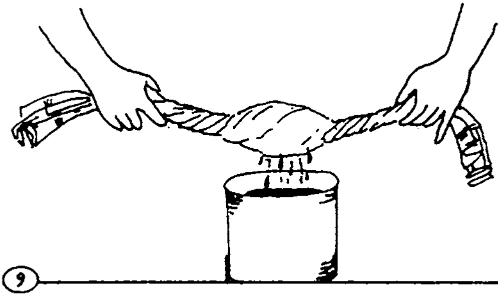
ଶିଳରେ ଛେଚି ଦିଅନ୍ତୁ ।



ପରିଷ୍କାର ଟାଣ କନା ଉପରେ ରଖନ୍ତୁ ।

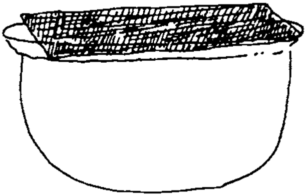


କନାକୁ ଚିପୁଡି ରସ ବାହାର କରନ୍ତୁ ।



Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହି ରସକୁ ସଂଗ୍ରହ କରି ପରିଷ୍କାର ପାତ୍ରରେ ରଖନ୍ତୁ ।



- ଯଦି ଗଛର ଛାଲିରୁ ରସ ବାହାର କରିବାକୁ ଥାଏ, ତେବେ ଶିଳରେ ବାଟିବା ପୂର୍ବରୁ ଛାଲି ଉପରେ ସାମାନ୍ୟ ପାଣି ଛିଞ୍ଚି ଦିଅନ୍ତୁ ।

- ଯଦି ଅଲଗା ଅଲଗା ଗଛର ରସକୁ ମିଶାଇବାକୁ ହେବ, ତେବେ ସେସବୁକୁ ପୃଥକ ଭାବରେ ଛେଚି ରସ ବାହାର କରିବେ । ପରେ ଏକାଠି ମିଶାଇବେ ।

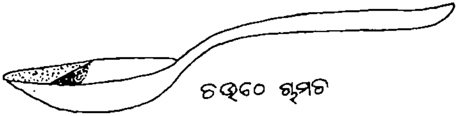
ସ୍ୱରସ ପ୍ରତିଦିନ ତଟକା ତିଆରି କରାଯାଏ । ଆଜିର ତିଆରି ସ୍ୱରସ ଆସନ୍ତା କାଲି ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ନାହିଁ ।

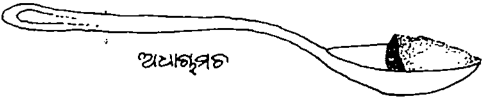
Digitized by srujanika@gmail.com

ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର :

<u>ସାନ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ</u>

୧ ମାସରୁ ୬ ମାସର ଶିଶୁ-	ଚଉଠେ ଚାମଚରୁ ଅଧା ଚାମଚ
୬ ମାସରୁ ୧ ବର୍ଷ-	ଅଧା ଚାମଚରୁ ୧ ଚାମଚ
୧ ବର୍ଷରୁ ୫ ବର୍ଷ-	୧ ଚାମଚରୁ ଦେଢ ଚାମଚ
୫ ବର୍ଷରୁ ୧୦ ବର୍ଷ-	ଦେଢ ଚାମଚରୁ ୨ ଚାମଚ
ବଡମାନଙ୍କ ପାଇଁ -	୨ ରୁ ୪ ଚାମଚ





ଏହିପରି ଦିନକୁ ଦୁଇରୁ ତିନି ଥର ଦିଆଯାଇଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

କଲ୍କ

ପତ୍ର, ଛେଲି ବା ଗଛର ସର୍ବାଙ୍ଗକୁ ବାଟି କଲ୍କ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ଉଦାହରଣ :

ହଳଦୀ କଲ୍କ — ତୁଳସୀ ପତ୍ର କଲ୍କ

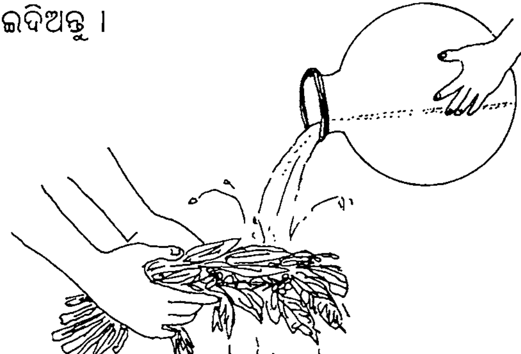
ନିମପତ୍ର କଲ୍କ — ନିମ ହଳଦୀ କଲ୍କ

କରଞ୍ଜ ଛାଲି କଲ୍କ — ଦୁବ ଘାସ କଲ୍କ

ଚନ୍ଦନ କଲ୍କ

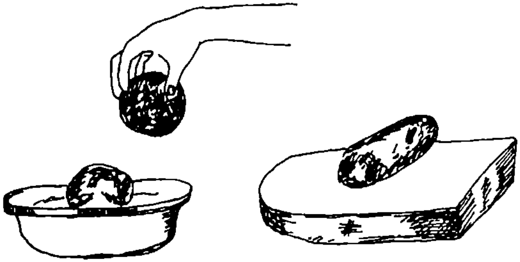
ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ :

ପତ୍ର ବା ଗଛର ଅଂଶକୁ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ ।



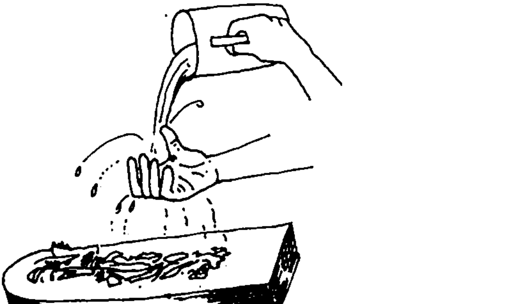
Digitized by srujanika@gmail.com

ଶିଳରେ ବାଟି ଦିଅ ଯେପରି ଗୁଳାକରି ହାତରେ ଧରି ହେବ । କଲ୍କ କୁ ପରିଷ୍କାର ପାତ୍ରରେ ରଖିବେ ।



ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ଛାଲି ଆଦିରେ ପାଣି ସିଞ୍ଚି ବାଟିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଯଦି ପତ୍ର ବା ଛାଲି ଶୁଖି ଯାଇଥାଏ ତେବେ କଲ୍କ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଭଲ ଭାବରେ ଗୁଣ୍ଡ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପରେ ପାଣି ମିଶାଇ କଲ୍କ ଆକାରରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।



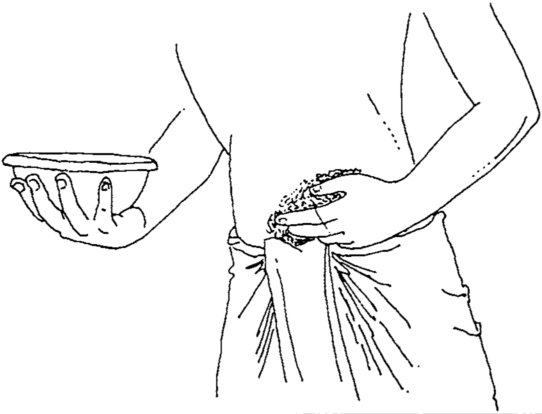
Digitized by srujanika@gmail.com

କଲ୍କକୁ ତଟକା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଆଜିର ତିଆରି କଲ୍କ ଆସନ୍ତା କାଲିପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ନାହିଁ ।

ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର :

ସାନ ପିଲାଙ୍କୁ ୫୦୦ ମିଲିଗ୍ରାମ୍ ରୁ ୧ ଗ୍ରାମ୍, ବଡମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୨ଗ୍ରାମ୍ ରୁ ୫ ଗ୍ରାମ୍ ମାତ୍ରାରେ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଏ ।

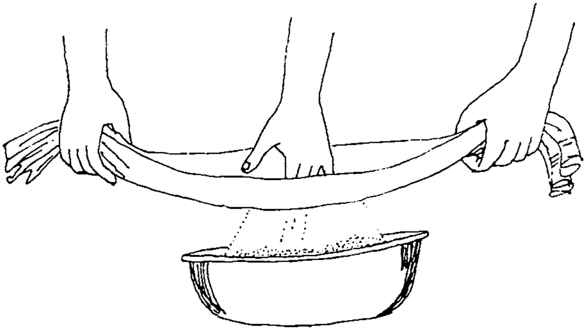
ଏହିପରି ଦିନକୁ ୨ ରୁ ୩ ଥର ହିସାବରେ ଦିଆଯାଏ । ଚର୍ମରୋଗ ଓ ସ୍ଥାନିକ ରୋଗ ଆଦିରେ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ଥିବା କଲ୍କ କୁ ଦରକାର ଅନୁସାରେ ଚର୍ମ ଉପରେ ଲେପନ କରାଯାଏ ।



Digitized by srujanika@gmail.com

ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ପତ୍ର, ଛାଲି, ମୂଳ ଫଳ ବା ଗଛର ସର୍ବାଙ୍ଗକୁ ଶୁଖାଇ ଚିକ୍କଣ ଭାବରେ ଗୁଣ୍ଡ କରି କନାରେ ଛଣାଯାଏ । ଏହାକୁ ଔଷଧ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।



ଉଦାହରଣ :

ହରିଡା ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ତ୍ରିଫଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ପିପ୍ପଳୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ସୁଦର୍ଶନ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ନିମ ପତ୍ର ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ଅଶ୍ୱଗନ୍ଧା ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ଭୂଇଁ ଅଁଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ହଳଦୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ଶତାବରୀ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ପାତାଳ ଗରୁଡ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

କରଞ୍ଜ ପତ୍ର ଚୂର୍ଣ୍ଣ

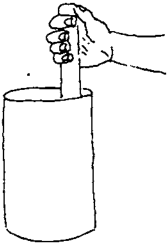
ଭୂଇଁ ନିମ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ :

ପତ୍ର, ଫୁଲ, ଫଳ, ଛାଲି, ଚେର, ବା ଗଛର ଔଷଧୀୟ ଶୁଖିଲା ଅଂଶକୁ ଭଲଭାବରେ ପରିଷ୍କାର କରିବେ ।

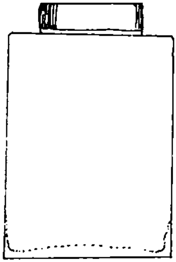
ଖରାରେ ଶୁଖାଇବେ ।



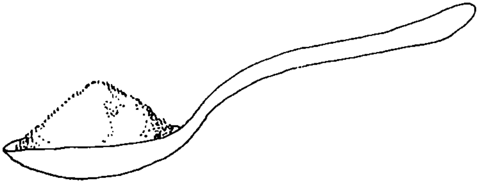
ପରିଷ୍କାର ହେମଦସ୍ତା ବା ଶିଳରେ ଛେଚି ଗୁଣ୍ଡ କରିବେ । ପତଳା ଟାଣ କନାରେ ରଖି ଚଲାଇ ଦେବେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସଫା କାଚ ପାତ୍ରରେ ସଂଗ୍ରହ କରି ସାଇତି ରଖିବେ ।



ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର : ପାଣି, କ୍ଷୀର ଆଦି ସହ ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ସେବନ କରାଯାଏ ।



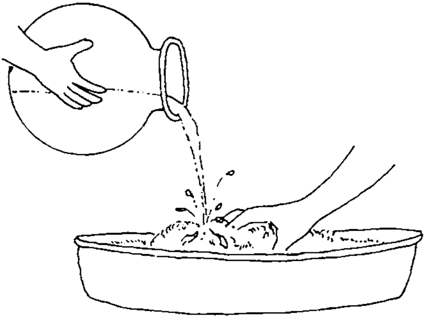
ବଡ ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଚୂର୍ଣ୍ଣର ମାତ୍ରା ୧ ରୁ ୨ ଚାମଚ ହିସାବରେ ଦିନକୁ ୨ ରୁ ୩ ଥର ଖାଇବାକୁ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବଟିକା ଏବଂ ଗୁଟିକା

ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ପାଣି, ମହୁ, ଗୁଡ, କ୍ଷୀର, ଘିଅ, ପତ୍ରରସ ଆଦିରେ ଦଳା ଯାଏ ।

ଏଥିରୁ ବିରି ଆକାରର ବଟିକା ଏବଂ ମଟର ମଞ୍ଜି ଆକାରର ଗୁଟିକା ହାତରେ ବଳି ତିଆରି କରାଯାଏ ।



ଔଷଧର ବ୍ୟବହାର :

ବଡମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ବା ଦୁଇଟି ବଟିକା ଦିନକୁ ୩ ଥର ହିସାବରେ ସେବନ କରାଯାଏ ।

କେତେକ ବଟିକା ବା ଗୁଟିକାର ଉଦାହରଣ - ସର୍ପଗନ୍ଧା ଗୁଟିକା, କର୍ପୂରାଦି ବଟିକା, କୁଟଜାଦି ବଟିକା, ଚିତ୍ରକାଦି ବଟିକା, ଲବଙ୍ଗାଦି ବଟିକା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପେୟ

ଏହା ଦୁଇ ପ୍ରକାରର
- ହିମ ବା ଶୀତଳ ପେୟ
- ଫାଣ୍ଟ ବା ଗରମ ପେୟ ।

ହିମ ବା ଶୀତଳ ପେୟ:

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଛେଚି ରାତିସାରା ୬ ଗୁଣ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ରଖାଯାଏ । ସକାଳେ ଏହି ପାଣିକୁ ଛାଣି ଔଷଧ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

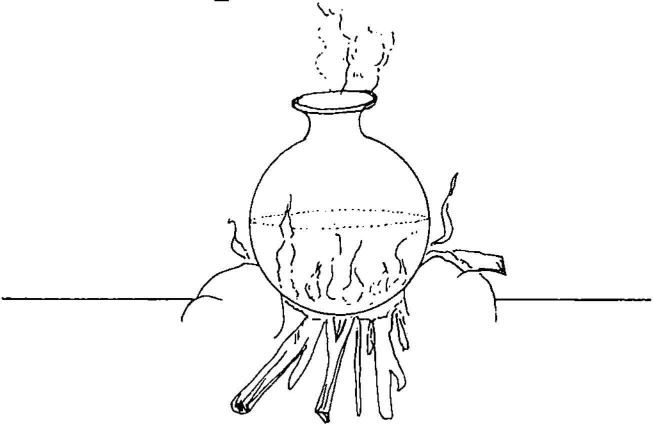
ଉଦାହରଣ- ତ୍ରିଫଳା ପାଣି,ପାନମଧୁରିପାଣି, ଧନିଆ ପାଣି ଗୁଳୁଚି ପାଣି ।

ଔଷଧ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ହେମଦସ୍ତାରେ ଅଳ୍ପ କୁଟି ରାତିସାରା ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ରଖାଯାଏ । ସକାଳେ ପରିଷ୍କାର କନାରେ ଏହି ପାଣିକୁ ଛାଣି ସଫା ପାତ୍ରରେ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଫାଣ୍ଟ ବା ଗରମ ପେୟ:

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଛେଚି ଫୁଟନ୍ତା ପାଣିରେ ପକାଇ ଢ଼ାଙ୍କୁଣି ଦେଇ ରଖାଯାଏ ଓ କିଛି ସମୟ ପରେ ପରିଷ୍କାର କନାରେ ଛାଣି ଉଷୁମ ଉଷୁମ 'ଚା' ପରି ପିଆଯାଏ । ଏଥିପାଇଁ ମାଟିପାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରିବା ଭଲ ।

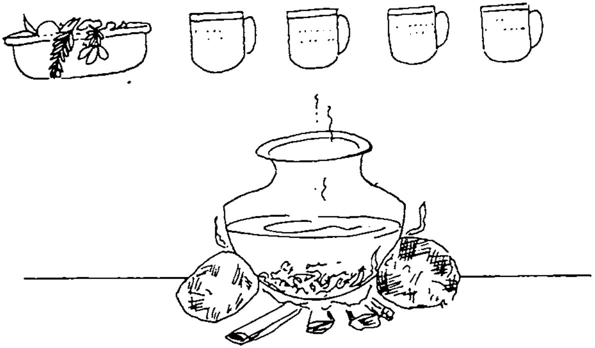


ଉଦାହରଣ — କୁଟଜ ବା କୁରେଇଁ ଫାଣ୍ଟ,
ଭୂଇଁ ନିମ୍ବ ଫାଣ୍ଟ, ଧନ୍ୱନ୍ତରୀ ଫାଣ୍ଟ,
ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଫାଣ୍ଟ,
ଚିରେଇତା ଫାଣ୍ଟ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ୱାଥ ବା ପାଚନ

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ୪ ରୁ ୮ ଗୁଣ ଅଧିକ ପାଣିରେ ଅଳ୍ପ ଜାଳରେ ସିଝାଯାଏ । ପାଣି ମରି ମରି ଚାରି ଭାଗରୁ ଭାଗେ ରହେ ।

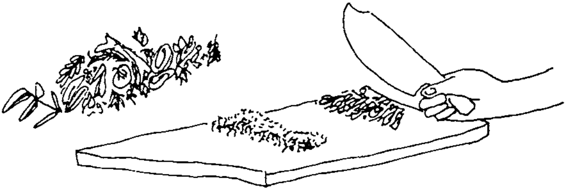


ଉଦାହରଣ   ଗୋଟିଏ ମାତ୍ରା ଔଷଧ ପାଇଁ ୪ ଚାମଚ ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଅଧା ଗିଲାସ ପାଣିରେ ସିଝାଯାଏ ।

ପାଣି ମରି ମରି ଚାରି ଭାଗରୁ ଏକ ଭାଗ ରହିଲେ ଏହାକୁ ସେବନ କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଔଷଧ ପ୍ରସ୍ତୁତି : ପତ୍ର କାଣ୍ଡ ଛାଲି ଆଦିକୁ ଧୋଇ ଦେବେ । ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି ଛୋଟ ଆକାରରେ କାଟି ଦେବେ ।



ଏକ ଗୁଣ ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟରେ ଚାରି ଗୁଣ ପାଣି ମିଶାଇ ଅଳ୍ପ ଜାଳରେ ସିଝାଇବେ । ପାଣି ମରି ମରି ଏକ ଭାଗ ରହିବ । ପରିଷ୍କାର କନାରେ ଛାଣି ସଫା ପାତ୍ରରେ ସଂଗ୍ରହ କରିବେ ।

କେତେକ କ୍ୱାଥର ଉଦାହରଣ: ତ୍ରିଫଳା କ୍ୱାଥ, କୁଟଜାଦି କ୍ୱାଥ, ନିମ୍ବାଦି କ୍ୱାଥ । କ୍ୱାଥ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ପରଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସାଇତି ରଖାଯାଏ ନାହିଁ ।

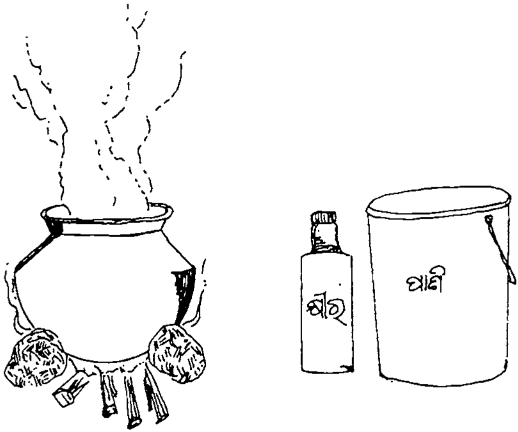
Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ଷୀର ପାକ

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଦରଛେଚା ଗୁଣ୍ଡ କରି ତାର ୮ଗୁଣ କ୍ଷୀର ଓ ୩୨ଗୁଣ ପାଣି ଦେଇ ପାକ କରିବେ । ପାଣି ମରିମରି କେବଳ କ୍ଷୀରର ପରିମାଣ ରହିଲେ ଚୁଲିରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆଣି ଛାଣିବେ । ଏହାକୁ ରୋଗୀକୁ ପିଇବାକୁ ଦେବେ ।

ଉଦାହରଣ -

ଶୁଣ୍ଠି କ୍ଷୀରପାକ, ରସୁଣ କ୍ଷୀରପାକ, ଅର୍ଜ୍ଜୁନ କ୍ଷୀରପାକ ।

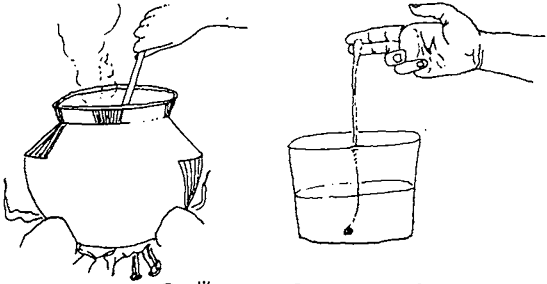


Digitized by srujanika@gmail.com

ଅବଲେହ ବା ଲେହ

କ୍ୱାଥ ବା ସ୍ୱରସରେ ଗୁଡ଼, ଚିନି ଓ ମିଶ୍ରି ମିଶାଯାଏ । ତାକୁ ଛାଣି ଅଳ୍ପ ଜାଳରେ ରନ୍ଧାଯାଏ ।

ଏହା ସିଝିସିଝି ଏପରି ବହଳିଆ ହୋଇଯାଏ ଯେ, ହାତକୁ ସୂତାଭଳି ଲାଗେ, କିମ୍ବା ଏଥିରୁ ଠୋପାଏ ପାଣିରେ ପକାଇଲେ ଏହା ବୁନ୍ଦା ହୋଇ ତଳକୁ ଚାଲିଯାଏ ।



ମନେରଖନ୍ତୁ, ନିଆଁରେ ବସିଥିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହାକୁ ବାରମ୍ବାର ଘାଣ୍ଟୁଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ନଚେତ୍ ତଳ ଅଂଶ ପୋଡ଼ି ଯାଇପାରେ । ଅବଲେହ ତିଆରି ହୋଇଗଲେ ଥଣ୍ଡା କରାଯାଏ ଓ କାଚ ଜାର୍‌ରେ ସାଇତି ରଖାଯାଏ ।

ଉଦାହରଣ - ବାସଙ୍ଗ ଲେହ, କୁଟଜାଦି (କୁରେଇଁ) ଲେହ, ଚ୍ୟବନ ପ୍ରାଶ୍ ।

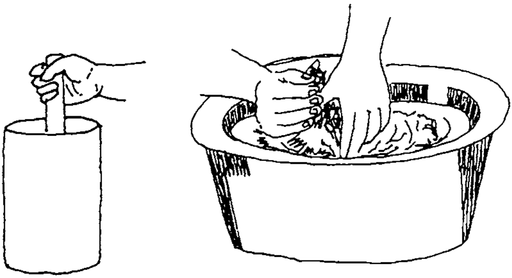
ଔଷଧ ମାତ୍ରା - ୧ ଗ୍ରାମ୍ ରୁ ୩ ଗ୍ରାମ୍ ମାତ୍ରାରେ ଔଷଧ ସେବନ କରାଯାଏ । ଦିନକୁ ୨ ରୁ ୩ ଥର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସପ୍ତମ୍

ଔଷଧୀୟ ଗୁଳ୍ମ, ପତ୍ର, ଛେଲି, ଫଳମୂଳ ଆଦିକୁ ସତେଜ ଅବସ୍ଥାରେ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ ।

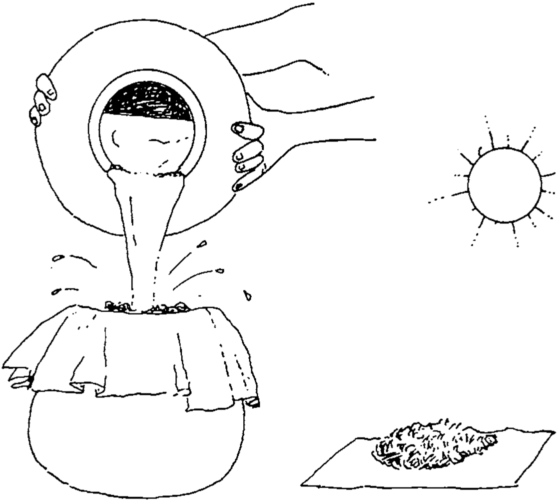
ଏଗୁଡ଼ିକ ପରିଷ୍କାର ଭାବରେ ଧୋଇ ହେମଦସ୍ତାରେ କୁଟି ଦିଆଯାଏ । ଏହି କୁଟା ଅଂଶକୁ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ଜୋର୍‌ରେ ଘାଣ୍ଟି ହାତରେ ଚକଟି ଦିଆଯାଏ । ତାପରେ ସାରାରାତି ଏହାକୁ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖି ଦିଆଯାଏ ।



ଉପର ସଫା ପାଣିକୁ ନିଗାଡି ଦିଆଯାଏ । ତଳେ ବସିଥିବା ଔଷଧୀୟ ଅଂଶକୁ କନାରେ ଛାଣି ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହାକୁ ଶୁଖାଇ ଦିଆଯାଏ ଓ ଗୁଣ୍ଡ ଆକାରରେ ସାଇତି ରଖାଯାଏ । ଏହା ହେଉଛି ସତ୍ତ୍ୱମ୍ ।



ଉଦାହରଣ : ଗୁଡୁଚି ସତ୍ତ୍ୱମ୍, ଅଦା ସତ୍ତ୍ୱମ୍ ।

ଔଷଧୀୟ ମାତ୍ରା :

୧ ରୁ ୨ ରତି ହିସାବରେ ପାଣି, କ୍ଷୀର, ମହୁ ବା ଗୁଡ଼ରେ ମିଶାଇ ସେବନ କରାଯାଏ ।

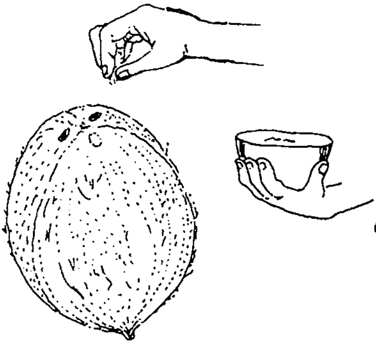
Digitized by srujanika@gmail.com

ଲବଣ

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟରେ ଲୁଣ ମିଶାଇ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବରେ ପାକ କରାଯାଏ ।

ଉଦାହରଣ- ନାରିକେଳ ଲବଣ

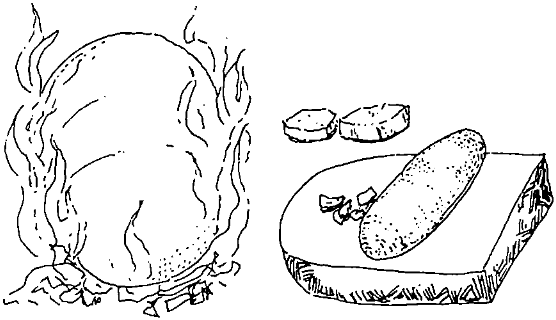
ନାରିକେଳ ଲବଣ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ : ଗୋଟିଏ ଶୁଖିଲା ନଡିଆର ଚୋପା ଛଡାଇବେ । ନଡିଆର ଆଖିପାଖରେ କଣା କରିବେ ।



ଏହି କଣା ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଯେତିକି ଧରିବ, ସେତିକି ସୈନ୍ଧବ ଲୁଣ ଭରିବେ । ତା' ଉପରେ ଚକଟା ମାଟି ଲେପନ କରି ଶୁଖାଇବେ । ଭୂଇଁରେ ଏକ ଗାଡ କରି ତଳେ ଗୋବର ଘଷି ଦେଇ ନଡିଆକୁ ରଖିବେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ତା'ପରେ ଉପରେ ଓ ଚାରିପାଖରେ ଗୋବର ଘଷି ରଖି ପୋଡିବେ । ତହିଁ ଆର ଦିନ ନଡିଆକୁ କାଢି ଦେଇ ପୋଡା ମାଟି ଓ ଖୋଳପା ଛଡାଇ ଭିତର ଅଂଶକୁ ଶିଳରେ ବାଟି ସାଇତି ରଖିବେ ।



ଔଷଧର ବ୍ୟବହାର : ଅମ୍ଳପିତ୍ତ, ଶୂଳ ଆଦିରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

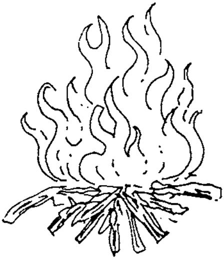
ବଡମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଟିପେ ପରିମାଣରେ (୨ ରୁ ୪ ରତି) ଘିଅ ସହ କିମ୍ବା ପାଚିଲା କଦଳୀ ସହ ମିଶାଇ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଏ ।

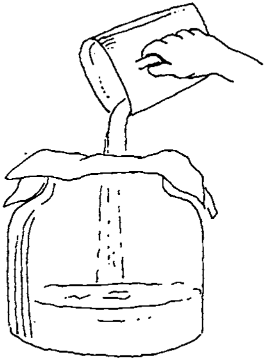
Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ଷାର

ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଶୁଖାଇ ପୋଡ଼ି ଦିଆଯାଏ । ପୋଡ଼ା ପାଉଁଶକୁ ସଂଗ୍ରହକରି ୬ ଗୁଣ ପାଣିରେ ମିଶାଇ ଘାଣ୍ଟି ଦିଆଯାଏ ।

୧୨ ଘଣ୍ଟା ପରେ ପାଣିକୁ ବାରମ୍ବାର ଛାଣି ଔଷଧ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ (ତରଳ) ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ । ଏହାକୁ ନିଆଁରେ ମାରି ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ସାଇତି ରଖାଯାଏ ।





ଉଦାହରଣ- ପଳାଶ କ୍ଷାର, ଯବକ୍ଷାର, ଅପମାରଙ୍ଗ କ୍ଷାର ।

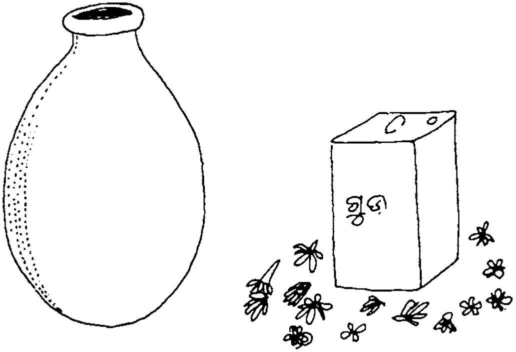
Digitized by srujanika@gmail.com

ଅରିଷ୍ଟ(ଆସବ)

ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ଔଷଧୀୟ ମଦ । ଫୁଲ, ଫଳ, ପତ୍ର କେତେକ ଗଛର ସର୍ବାଙ୍ଗକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହା ତିଆରି କରାଯାଏ ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ -: ଗୋଟିଏ ପୁରୁଣା ମାଟିପାତ୍ର ନିଅନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟର କ୍ୱାଥ, ସ୍ୱରସ ବା ଦଳ ନେଇ ସେଥିରେ ଗୁଡ଼ ମିଶାନ୍ତୁ । ଧାଇଫୁଲ, ମହୁଲ ଫୁଲ ମିଶାଇ ମାଟିପାତ୍ରର ମୁହଁ ଭଲଭାବରେ ବନ୍ଦ କରିଦିଅନ୍ତୁ । ମାଟି ପାତ୍ରକୁ ଶୁଖିଲା ଗାତ ଭିତରେ ପୋତିଦିଅନ୍ତୁ ।

ମାଟିପାତ୍ର ବଦଳରେ ଚିନାମାଟି ବା କାଚପାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ ।

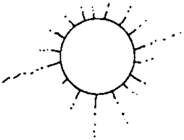


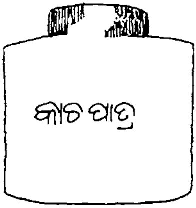
Digitized by srujanika@gmail.com

ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗାତ ଭିତରେ ନ ପୋତି ଖରାରେ ରଖାଯାଇଥାଏ । ୨୧ ରୁ ୪୦ ଦିନ ଏହିପରି ରଖିଲାପରେ ପାତ୍ରରେ ପଚି ତିଆରି ହୋଇଥିବା ରସକୁ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଏ । ସ୍ୱରସ ଓ ଚୂର୍ଣ୍ଣରୁ ମଧ୍ୟ ଆସବ ତିଆରି କରାଯାଇ ପାରିବ । ଗୁଡ଼ର ୨ ଗୁଣ ଓଜନର ପାଣି ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଏଥିରେ ସ୍ୱରସ ବା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମିଶାଇ ଘାଣ୍ଟନ୍ତୁ । ମାଟିପାତ୍ରରେ ଭର୍ତ୍ତିକରି ପାତ୍ରର ମୁହଁକୁ ଏପରି ବନ୍ଦକରନ୍ତୁ, ଯେପରି ସେଥିରେ ପବନ ପଶି ପାରିବ ନାହିଁ ।

ପାତ୍ରଟିକୁ ଶୁଖିଲା ଗାତ ଭିତରେ ବା କୁଣ୍ଡାଗଦା ବା ଧାନ ଭିତରେ ୬ ସପ୍ତାହ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୋତି ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । ୬ ସପ୍ତାହ ପରେ ପାତ୍ର ଭିତରୁ ରସ ସଂଗ୍ରହ କରି ପରିଷ୍କାର କନାରେ ଛାଣି ଗ୍ଲାସରେ ସାଇତି ରଖନ୍ତୁ । ମନେରଖନ୍ତୁ ନୂଆ ମାଟିପାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରିବେ ନାହିଁ । କାରଣ ଏହା ରସ ଶୋଷିନେବ ।





Digitized by srujanika@gmail.com

ତୈଳ

ଔଷଧୀୟ ତୈଳ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ ।

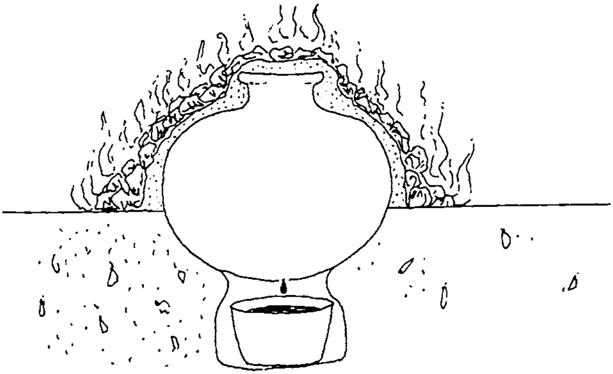
(କ) ମାଟି ହାଣ୍ଡିରେ ପୋଡ଼ି ତୈଳ ପ୍ରସ୍ତୁତି :

ଉଦାହରଣ - ବାଘ ନଖି ତେଲ, କରଞ୍ଜ ତେଲ, ନିମ ମଞ୍ଜି ତେଲ, ବାହାଡ଼ା ମଞ୍ଜି ତେଲ, ନଡ଼ିଆ ଷଡେଇ ତେଲ ଇତ୍ୟାଦି ।

ସରୁମୁହାଁ ପାତ୍ର ଭିତରେ ଛେଚା ମଞ୍ଜି ବା ଗୋଟା ଫଳକୁ ରଖନ୍ତୁ । (ଗୋଟା ଶୁଖିଲା ବାଘନଖି ଫଳରୁ ଏହି ପ୍ରଣାଳୀରେ ତେଲ ବାହାର କରାଯାଇଥାଏ)

Digitized by srujanika@gmail.com

ମାଟି ପାତ୍ରରେ ଘୋଡଣୀ ଲଗାଇ ମାଟି ଲେସା କନାକୁ ମାଟିପାତ୍ର ଚାରିପାଖରେ ଘୋଡାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ମାଟି ପାତ୍ର ତଳେ ଛୋଟ କଣାଟିଏ କରନ୍ତୁ ।



ମାଟି ଭିତରେ ଗାତ ଖୋଳି ଧାତୁ ପାତ୍ର ରଖନ୍ତୁ । ମାଟି ପାତ୍ରଟିକୁ ଗାତ ଭିତରେ ଏପରି ସଜାଡି ରଖନ୍ତୁ ଯେପରି ଧାତୁପାତ୍ର ଉପରେ କଣାଟିଏ ରହିବ ।

ତଳ ପାଖଟିକୁ ଛାଡି ମାଟିପାତ୍ର ଅନ୍ୟ ଚାରିପାଖରେ ଗୋବର ଘଷି ରଖି ନିଆଁ ଲଗାଇଦିଅନ୍ତୁ ।

ନିଆଁ ଲିଭି ଥଣ୍ଡା ହେଲାପରେ ମାଟି ପାତ୍ରଟିକୁ ଗାତରୁ ବାହାର କରି ଆଣନ୍ତୁ । ମାଟି ପାତ୍ରରୁ ତେଲ ଝରି ଧାତୁ ପାତ୍ରରେ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇଥିବ ।

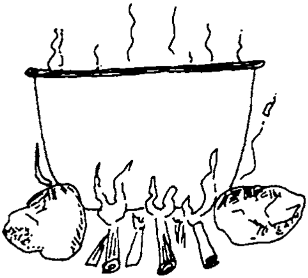
Digitized by srujanika@gmail.com

(ଖ) *ଅନ୍ୟ ତେଲରେ ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ସିଝାଇ ତୈଳ ପ୍ରସ୍ତୁତି :*

ଉଦାହରଣ - ନିମ ତେଲ, ବେଗୁନିଆ ତେଲ, ଅଁଳା ତେଲ, କରଞ୍ଜ ତେଲ ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ : ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଛେଚି ୪ ଗୁଣ ଓଜନରେ ପାଣିରେ ସିଝାଯାଏ । ପାଣି ମରି ମରି ୪ ଭାଗରୁ ଭାଗେ ରହିଲେ ଏହାକୁ ନିଆଁରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଦିଆଯାଏ ।

ଏହି ପାଣିକୁ ଲୁହା ବା କଂସା ପାତ୍ରରେ ରଖି ଚୁଲିରେ ବସାଯାଏ । ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ତେଲ ମିଶାଇ ରନ୍ଧାଯାଏ ।



Digitized by srujanika@gmail.com

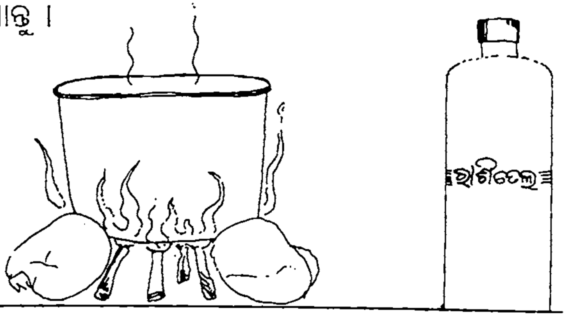
ରାଶି ତେଲ, ନଡିଆ ତେଲ, ଜଡା ତେଲ, ଆଦି ଏଥିପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ ୪ ଗୁଣ ଔଷଧୀୟ କ୍ୱାଥରେ ୧ ଗୁଣ ତେଲ ମିଶାଯାଏ । ସମସ୍ତ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ବାମ୍ପ ହୋଇ ବାହାରିଯିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏପରି ରନ୍ଧାଯାଏ ।

ତେଲ ଜଳନ୍ତା ନିଆଁ ଅଙ୍ଗାର ଉପରେ ପକାଇଲେ ଯଦି ଚଡ୍ ଚଡ୍ ଶବ୍ଦ ନ ହୁଏ, ତେବେ ଜାଣିବା ଯେ ଏଥିରେ ଜଳୀୟ ଅଂଶ ନାହିଁ ।

(ଗ) *ସିଧାସଳଖ ତେଲରେ ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ମିଶାଇ ସିଝାଯାଏ ଓ ତେଲ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ ।*

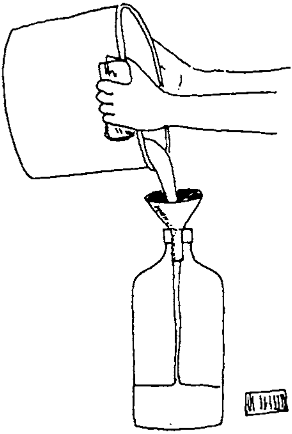
ଉଦାହରଣ - ଭୃଙ୍ଗରାଜ ତୈଳ, ନିଗୁଣ୍ଡି ତୈଳ ।

ଲୁହା କଡେଇରେ ଭୃଙ୍ଗରାଜ ରସ ୪ ଗୁଣ ନିଅନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ୧ ଗୁଣ ଓଜନର ରାଶି ତେଲ ବା ନଡିଆ ତେଲ ମିଶାନ୍ତୁ ।



Digitized by srujanika@gmail.com

ନିଆଁରେ ରଖି ରାନ୍ଧନ୍ତୁ । ପାଣି ଅଂଶ ଚଡ଼୍ ଚଡ଼୍ ହୋଇ ମରିଗଲା ପରେ ତେଲକୁ ନିଆଁରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଥଣ୍ଡା କରନ୍ତୁ । କାଚ ଶିଶିରେ ସାଇତି ରଖନ୍ତୁ ।



ଏହିପରି ଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଔଷଧୀୟ ତୈଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଉଦାହରଣ :

ଚର୍ମରୋଗ ପାଇଁ	ନିମ, କରଞ୍ଜ, ବାଘନଖି ତେଲ ।
ମୁଣ୍ଡ ବାଳ ପାଇଁ	ଅଁଳା, ଭୃଙ୍ଗରାଜ ତେଲ ।
ବାତ ଓ ଦରଜ ପାଇଁ	ଦୁଦୁରା, ବେଗୁନିଆ ତେଲ ।

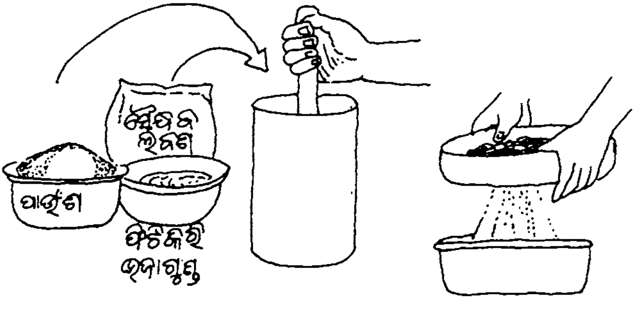
Digitized by srujanika@gmail.com

ଦନ୍ତ ମଞ୍ଜନ

୧. ସମାନ ପରିମାଣରେ ଖାଇବା ଲୁଣ ଓ ଖାଇବା ସୋଡାକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ରଖିବେ । ଦାନ୍ତ କାଠିକୁ ଚୋବାଇ ଏଥିରେ ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଲଗାଇ ଘଷିବେ ।

୨. ବାବୁଲ ଗଛ ଛାଲିର ପାଉଁଶ ୫୦ ଗ୍ରାମ୍,
ଫିଟିକିରି ଭଜା ଚୂର୍ଣ୍ଣ ୨୦ ଗ୍ରାମ,
ଓ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ୧୦ ଗ୍ରାମ ନେବେ ।

ଏସବୁକୁ ଏକାଠି ମିଶାଇ ଗୁଣ୍ଡ କରିବେ । ଚାଲୁଣିରେ ଚଲାଇ ଖଦଡା ଅଂଶକୁ ବାହାର କରିଦେବେ । ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଦିନକୁ ୨ ଥର ବ୍ୟବହାର କରିବେ ।

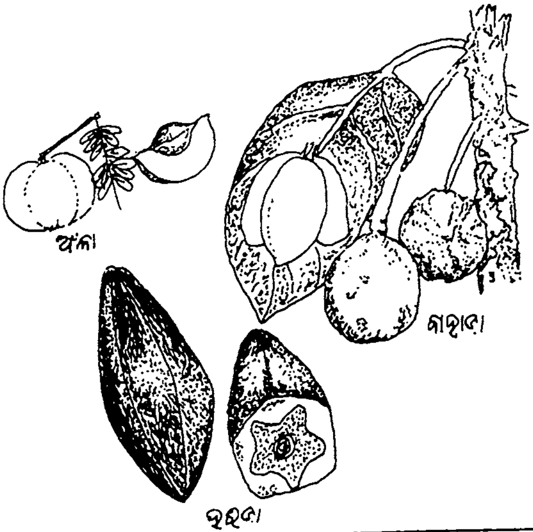


Digitized by srujanika@gmail.com

୩.   ଅଁଳା କାଠି ୫୦ ଗ୍ରାମ ଓ ଫିଟିକିରି ୫୦ ଗ୍ରାମ ନେବେ । ଫିଟିକିରି ଭାଜିବେ । ଉଭୟକୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ କରି ଚାଲୁଣିରେ ଚଲାଇ ଖଦଡା ଅଂଶକୁ ବାହାର କରିଦେବେ ।

ଦାନ୍ତରୁ ରକ୍ତ ପଡୁଥିଲେ ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଦ୍ୱାରା ବହୁତ ଉପକାର ମିଳେ ।

୪. ତ୍ରିଫଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ - (ହରିଡ଼ା, ବାହାଡ଼ା, ଅଁଳା ଚୂର୍ଣ୍ଣ) ଏସବୁକୁ ମହୁ ଓ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ସହ ମିଶାଇ ଦାନ୍ତଘଷା ପେଷ୍ଟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।



Digitized by srujanika@gmail.com

୫. ତ୍ରିଜାତକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ - (ଡ଼ାଲ୍‌ଚିନି, ଅଳେଇଚ, ତେଜପତ୍ର ଚୂର୍ଣ୍ଣ) ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ମହୁ ଓ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ସହ ମିଶାଇ ପେଷ୍ଟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିବେ ।

୬. ତ୍ରିକଟୁ ଚୂର୍ଣ୍ଣ - (ଶୁଣ୍ଠି, ଗୋଲମରିଚ ଓ ପିପ୍ପଳୀ) ଏହି ଚୂର୍ଣ୍ଣକୁ ମହୁ ଓ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ସହ ମିଶାଇ ପେଷ୍ଟ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରିବେ । କଫଦୋଷ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ପେଷ୍ଟ ବହୁତ ଉପକାରୀ ।

୭. ଲେମ୍ବୁରସରେ ସାମାନ୍ୟ ଲୁଣ ମିଶାଇ ଘଷିଲେ ଦାନ୍ତ ଓ ସତେଜ ରହେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୁଧାକର ମଲମ

ସ୍ଥାନିକ ଆଘାତ, ମାଡ, ଫୁଲା, ଦରଜ, ଅଣ୍ଟାଧରା, ପାଦଫଟା ପାଇଁ ଏଇ ମଲମ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ :

ଶ୍ୱେତ ଝୁଣା ୧ ଭାଗ ନେବେ । ଏହାର ୪ ଗୁଣ ରାଶି ତେଲ ନେଇ ଗୋଟିଏ କଡେଇରେ ଗରମ କରିବେ । ତେଲ ଗରମ ହେବା ପରେ ଝୁଣାକୁ ଚୁନାକରି ଏଥିରେ ପକାଇ ଘାଣ୍ଟି ଦେବେ ।

ଝୁଣା ମିଶିଗଲେ ଚୁଲିରୁ ଓହ୍ଲାଇ ଆଣି ଗୋଟିଏ ପାଣି ପାତ୍ରରେ ରଖି ଘାଣ୍ଟିବେ । ଧିରେ ଧିରେ ଏହାକୁ ହାତରେ ଚକଟି ଘଷିବେ ଓ ମଝିରେ ମଝିରେ ପାଣି ମିଶାଇ ଚକଟି ଦେବେ । ଏଥିରୁ ଲହୁଣୀ ବା ଛେନା ଭଳି ମଲମ ବାହାରିବ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନସ୍ୟ

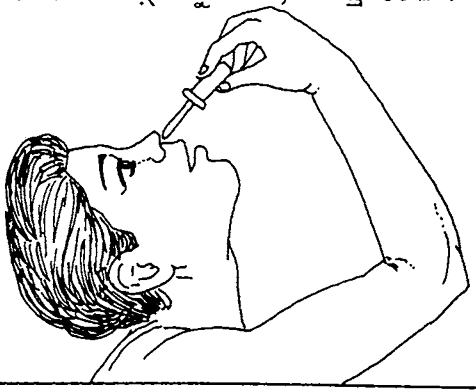
ଔଷଧୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି କନାରେ ଛାଣି ନାକ ପୁଡ଼ାରେ ଅଧ ଟିପେ ନେଇ ଶୋଷି ବାକୁ ପଡ଼େ ।

ଉପଯୋଗ - ଶର୍ଦ୍ଦି, ଥଣ୍ଡା, ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଆଦି ଉପଶମ ହୁଏ ।

ଉଦାହରଣ - କାଫଡ଼ (କାଟ୍ ଫଳ) ଛାଲି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ନସ୍ୟ, କ୍ଷବକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ନସ୍ୟ ।

(ଖ) ଆଗରୁ ଲେଖାଯାଇଥିବା ତୈଳପାକ ବିଧି ଅନୁସାରେ ତୈଳ ତିଆରି କରିବ ।ନାକପୁଡାରେ ଏହି ତୈଳରୁ ୨ବୁନ୍ଦା ମାତ୍ରାରେ ପକାଇବେ ।

ଉଦାହରଣ - ଷଡ୍ ବିନ୍ଦୁ ତୈଳ, ବ୍ୟାଘ୍ରି ତୈଳ ।



Digitized by srujanika@gmail.com